

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE ARQUITECTURA, DISEÑO Y ARTE

DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE

ARTISTA VISUAL

“PISCOLABIS REFLEXIO”

Hábitos alimentarios | Prácticas Artísticas

Por

JUAN DAVID LUNA FEGAN

DIRECTOR: Mgtr. Manuel Kingman Goetschel

LECTORES: Mgtr. Carlos Buitrón Mendizábal

Mgtr. Eugenio Mangia Guerrero

Quito, octubre de 2018

## **DEDICATORIA**

A la familia Luna Fegan. A Paula Proaño. A la familia Proaño Viteri. Y a todos los familiares, amigos y conocidos que se involucran en la difusión y promoción de hábitos de vida conscientes.

## **AGRADECIMIENTOS**

A Dios. A la familia Luna Fegan por su incondicional apoyo. A Paula Proaño por siempre acompañarme y alentarme. A la familia Proaño Viteri por su amabilidad, paciencia y generosidad.

A los docentes de la Carrera de Artes Visuales de la PUCE con quienes tuve la oportunidad de compartir, en especial a: Manuel Kingman, Carlos Buitrón, Eugenio Mangia, Pilar Flores, Jaime Sánchez, José Luis Macas, Gonzalo Vargas, Franciné Córdova y Sol Gómez.

A Sebastián Sánchez y a todo el personal del Cumandá Parque Urbano. A Josué Sáenz, Pablo Ortiz, Alejandro Espinosa, Vida y Semilla, Ankaylli, Marcelo Aízaga, y todos aquellos que participan activamente en la promoción y difusión de hábitos alimentarios conscientes. A Carolina Acosta, Arlen Herrera, Carlos Gómez y todos los involucrados en la producción de las obras.

Y finalmente a todos los familiares, amigos, conocidos, e individuos con los que tuve la suerte de relacionarme a lo largo de mi camino; se necesitó de todos ustedes para llegar a este punto y poder escribir estas palabras.

Nada se logra sin la ayuda de otros.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA.....	
DEDICATORIA.....	I
AGRADECIMIENTOS.....	II
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	III
RESUMEN (ABSTRACT).....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
CAPÍTULO I: Arte, comida y hábitos.....	6
Del Eat art al Arte-comida.....	6
Producción de comida vs. creación de arte.....	9
Entre comidas y diálogos.....	14
Hábitos e industrias.....	18
CAPÍTULO II: Dietas, procesos y arte.....	26
La dieta del arte.....	26
Obtención.....	27
Preparación.....	32
Consumo.....	33
Posconsumo.....	33
Reflexiones.....	35

CAPÍTULO III: Píscolabis Reflexio.....	37
Abreboca.....	37
Entrada.....	42
Plato fuerte.....	45
Bebida.....	51
Postre.....	52
Conclusión (Bajativo).....	54
BIBLIOGRAFÍA.....	57
ANEXOS.....	59

## **RESUMEN (ABSTRACT)**

En Píscolabis Reflexio presento a la práctica de costumbres alimentarias conscientes, como una vía para reactualizar constantemente los criterios que tenemos sobre los alimentos. En el texto propongo que la reconfiguración de hábitos alimentarios, abordada desde la práctica artística, puede actuar como conector entre la producción de alimentos y la creación de arte. También presento a la transformación consciente en nuestros hábitos alimentarios, como una base para el desarrollo de una praxis artística que permite influenciar en la generación de espacios artístico-educativos en los que se fomenta el diálogo y la reflexión en torno a la comida y al “Arte-comida”.

## INTRODUCCIÓN

En el siguiente texto discutiré sobre posibles relaciones entre la práctica de hábitos alimentarios conscientes y la práctica artística. Antes de continuar, me gustaría pedirles lo siguiente: Quisiera que hagan memoria de lo que comieron hoy. Regresemos a ese agradable momento en el que estábamos disfrutando del primer bocado o sorbo de comida. ¿Recuerdan qué fue lo primero que sintieron al probar y masticar ese alimento? ¿Tenía algún sabor, olor, o textura en particular, digna de recordar? Ahora me gustaría que visualicen el lugar en dónde compraron al alimento; acuérdense de qué compraron y cuánto les costó, y cuánto tiempo tardaron en consumir ese alimento. Es muy probable que muchos hayan recordado episodios como estos sin esfuerzo alguno; y con mucha razón, el acto de comer es una de las actividades rutinarias más elementales que desempeñamos como seres humanos, y quizá la que más disfrutamos. Si reflexionamos acerca del tiempo que le dedicamos a la alimentación -y de lo mucho que nos esforzamos a diario (o no) para obtener una comida decente-, podemos darnos cuenta de lo relevante que es este ritual en nuestro cotidiano.

La alimentación, además de ser uno de los procesos más vitales para el funcionamiento de nuestro organismo, es la base sobre la cual se configuran nuestros hábitos alimentarios. Un hábito es una rutina de comportamientos que repetimos regularmente y que ocurre de manera casi inconsciente. Dichos comportamientos pasan usualmente desapercibidos por quienes los practican ya que en general no solemos autoanalizar las actividades que realizamos a diario (Levert, 1998). Según Bourdieu, el hábito es lo que define las preferencias culturales de los individuos; la forma en la que

nos alimentamos se adquiere y aprende en un entorno social y económico determinado (Lozano, 2013). Si les preguntará sobre sus alimentos preferidos, ustedes sabrían perfectamente que responder, pero ¿se han puesto a pensar en por qué les gustan esas comidas y no otras? Creo que muy pocos lo hacen; yo no lo hacía. Para mí lo más relevante en una comida era su sabor, el resto poco me importaba; jamás hubiera imaginado que existen múltiples interacciones que anteceden y suceden al consumo de alimentos, y que de estas dependen nuestras preferencias alimentarias. Lemke (2007) afirma que el acto de comer no es un asunto enteramente personal, sino que es una praxis de vida con implicaciones globales.

El primer acercamiento que tuve hacía la comida como algo más que una sustancia que nutre nuestros cuerpos y complace nuestros sentidos, fue cuando empecé a comprender la estricta relación que existe entre la salud y la alimentación. La reconocida frase: “Que tu alimento sea tu medicina, y que tu medicina sea tu alimento”, atribuida a Hipócrates, padre de la medicina, nos invita a reflexionar acerca de la importancia que tienen los alimentos para la salud del cuerpo. Según el texto *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases* (2003), publicado por la Organización Mundial de la Salud, el porcentaje de personas que sufren de enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes, y varios tipos de cáncer, está en constante aumento debido a la dieta y estilo de vida al que nos hemos habituado.

Desde muy temprana edad, yo había tenido que enfrentarme a varios problemas de salud. Muchos de esos problemas no pudieron ser tratados con la medicina tradicional y se agravaban con el pasar de los años. Cansado de la ineficacia de las instituciones de salud, y del excesivo consumo de fármacos que se me recetaba, opté por darle una oportunidad a la medicina alternativa. Los especialistas que me atendieron coincidían en que la raíz a mis problemas estaba en la manera en la que me alimentaba, y que la única



forma en la que podría cambiar mi estado de salud, sería a través de la renovación de mi dieta y la transformación de mis hábitos. Dicha consigna me parecía casi imposible de realizar ya que los viejos hábitos son muy difíciles de romper, y esto es porque los patrones de comportamiento que repetimos se imprimen en nuestras vías neurales. No obstante, existe la posibilidad de formar nuevos hábitos por medio de la repetición (Levert, 1998). Cuando se repiten comportamientos en un contexto consistente, hay un incremento del vínculo entre el contexto y la acción, y esto incrementa la automaticidad del comportamiento en ese contexto (Levert, 1998).

La práctica de una nueva dieta era necesaria, no solo para el mejoramiento de la salud de mi cuerpo, sino para la formación de nuevos hábitos alimentarios. La repetición de los comportamientos necesarios para la adquisición de estos hábitos debía realizarse a cabalidad, por lo que era preciso que estas repeticiones se transformen en una práctica consciente. Esta transformación en mi rutina alimenticia supondría una renovación en las relaciones que tenía con la comida, y, por lo tanto, en las relaciones que tenía con mi entorno social y medio natural. Marinetti dijo en su *Manifiesto de La Cocina Futurista* que las dietas abarcan las relaciones del hombre con el mundo y consigo mismo (Rodríguez, 2013).

En Píscolabis Reflexio, abordo a la praxis alimentaria consciente como una vía para reactualizar constantemente los criterios que tengo sobre la comida. La modificación de mis hábitos alimentarios comprende una renovación en los procesos de obtención, preparación, consumo y posconsumo de alimentos, que, al ser planteada desde una práctica artística personal, me posibilita el hallazgo de similitudes entre la producción de comida y la creación de arte. Al reconocer estas semejanzas he podido valorar a esta praxis consciente como una forma de hacer arte, por medio de la cual puedo transformar la salud de mi cuerpo y cambiar mis relaciones con el entorno natural y social que me

rodea. Marinetti había propuesto en su manifiesto una serie de prácticas y reglas alimentarias pensadas para la transformación de la sociedad italiana (Rodríguez, 2013). En este sentido me gustaría pensar que mi práctica artística tiene el potencial para influir en la sociedad inmediata a la que pertenezco. Por lo tanto, propongo que la asimilación de hábitos alimentarios conscientes, en un contexto artístico personal, permite la generación de nuevos espacios artístico-educativos en los que se fomenta el diálogo y la reflexión en torno a la comida y al “Arte-comida”.

## CAPÍTULO I: ARTE, COMIDA Y HÁBITOS

### Del *Eat art* al Arte-comida

Filippo Tommaso Marinetti y Luigi Colomo redactaron el *Manifiesto de la Cocina Futurista*<sup>1</sup> en 1930 con la finalidad de revolucionar la cultura italiana a través de la alimentación. Los artistas le otorgaron “importancia a los sentidos en el acto de comer... atendiendo a los sabores, colores y formas plásticas, etc.” (Lozano, 2013, p. 165). Los futuristas serían los primeros en considerar al acto de cocinar y comer como una forma de hacer arte, sin embargo, la representación de la comida en el arte es casi tan antigua como el arte mismo. Basta con pensar en las primeras formas de arte encontradas en cavernas o en los clásicos bodegones de comida para darnos cuenta de que siempre hemos procurado representar artísticamente a nuestros alimentos. Hoy en día, se le conoce como *Food Art* o Arte-comida al arte que utiliza comida. Existen tres tipos de Arte-comida: el primero es el “Arte con comida” en el cual el alimento está representado de cualquier manera, el segundo es el “Arte de comida” que utiliza a la comida de manera física en la obra, y el tercero es el “Arte sobre comida” en el que el tema es la comida (Rivera, 2004).

---

<sup>1</sup> Figura 1.



Figura 1. Archivo di Stato Milano. (2016). *Manifesto della cucina futurista*. Recuperado de:

[http://www.movio.beniculturali.it/asm/undocumentounastoria/it/32/marinetti-il-futurismo-e-](http://www.movio.beniculturali.it/asm/undocumentounastoria/it/32/marinetti-il-futurismo-e-labolizione-della-pastasciutta)

labolizione-della-pastasciutta

Daniel Spoerri, artista suizo que formó parte de movimiento Fluxus y participó en la creación del manifiesto del nuevo realismo francés, “comenzó su trayectoria trabajando con la comida, los nutrientes y los desperdicios presentes en la vida ordinaria” (Rivera,

2004, p. 192). Previo al Arte-comida había la corriente artística del Eat Art (Comer arte). Spoerri, fundador del movimiento, proponía trabajos “elaborados con materiales comestibles y que generaban reflexiones sobre el comer y el gusto...” (Rivera, 2004). En el texto *Food and art: A brief history*, el artista Isaac Rivera comenta lo siguiente:

...dentro de las categorías del arte, el Eat art o movimiento del arte comestible, cuya traducción literal es “comer arte”, constituye la propuesta artística de mayor percepción sensorial. La inclusión de los criterios sensoriales que delimitan la percepción de una obra en el Eat art se extiende a todos los sentidos, al interesarse directamente por una de las necesidades más vitales de la condición humana: comer (Rivera, 2004, p. 205).

Rivera menciona que el *Eat art* es el arte de mayor percepción sensorial. “Desde la Antigüedad Clásica, los criterios de la percepción han fijado en cinco, los sentidos que proporcionan información al cerebro sobre el mundo exterior: la vista, el oído, el tacto, el olfato y el gusto” (Lozano, 2013, p. 40). Imaginen que están visitando la exposición de un famoso pintor. Para poder apreciar sus obras necesitan del sentido de la vista; a través de este recibirán información visual la cual será procesada en su cerebro para que puedan decidir si es que les gustaron o no las pinturas, si es que las considerarían o no arte, o si es que su contemplación les provocó algún tipo de reacción o sentimiento. Ahora imaginen que el pintor acabó de dar su discurso inaugural y les invita a la mesa de los bocaditos. Están hambrientos y ansiosos por probar el vino así que proceden hacia la mesa y devoran lo ofrecido. ¿Qué elemento de la exposición les habría exigido una mayor atención sensorial?, ¿Las pinturas, el discurso, o la comida?

Lo primero que consideramos al momento de alimentarnos, es la apariencia física de la comida. “La famosa expresión “comer con los ojos” evidencia el poder de la vista en la incitación al consumo alimenticio. La visión del alimento estimula el deseo, y esto se traduce en secreción salivar” (Lozano, 2013, p. 78). Una vez aprobado el aspecto de la comida, la ingerimos. Los sentidos del olfato y del gusto trabajan en equipo para que podamos degustar de los sabores del alimento, mientras que el sentido del tacto nos permite sentir las diversas texturas de lo que estamos masticando. El sentido del oído completa la experiencia del comer ya que, al masticar y tragar, “los alimentos y bebidas provocan vibraciones acústicas [...] las cuales estimulan las sensaciones del gusto” (Lozano, 2013, p. 80). El contenido que ingerimos pasará a formar parte de los procesos de digestión y asimilación de nutrientes de nuestro organismo. A diferencia del arte –que una vez admirado y asimilado su concepto, pasa a ser parte de nuestros procesos reflexivos-, el alimento pasa a formar parte de nuestros procesos fisiológicos. No obstante, esto no quita la posibilidad de que la comida también pueda formar parte de los procesos de reflexión.

### **Producción de comida vs. Creación de arte**

Había comentado que pude encontrar algunas semejanzas entre la producción de comida y la creación de arte. Para poder comprender estas similitudes es necesario que pongamos en relación tanto a la comida y al arte, como a los procesos que caracterizan a su elaboración. Rivera expone al respecto lo siguiente:

Lo relacionado a la comida, siempre ha sido una actividad artística particularmente marginada, porque, el cultivo, preparación, ofrecimiento, ingesta, y limpieza posterior, siempre han operado

bajo las mismas reglas y dinámicas de intercambio entre el artista y el espectador que caracteriza al arte contemporáneo. Al fusionarlas, simplemente estamos colocando un lenguaje por encima del otro, revelándonos a nosotros mismos sinónimos y simetrías escondidas [...] adquiriendo nuevas formas de hablar y entender a la comida y el arte (Rivera, 2004, p. 11).

Me gustaría profundizar en estas “reglas y dinámicas de intercambio” (Rivera, 2004) que se propone sobre la comida y el arte. La primera actividad del proceso alimenticio que nos describe Rivera es el cultivo de alimentos. El origen de casi todo alimento que consumimos empieza con el cultivo de una semilla. Incluso si hablamos de productos cárnicos, hay que tener en consideración que, los animales de dónde dicha carne, se nutren con productos vegetales provenientes de semillas. Las semillas, bajo las condiciones y cuidados adecuados, pueden dar origen a nuevas plantas, que, al ser cosechadas, se transforman en ingredientes para la preparación de alimentos. Si tomamos en cuenta el hecho de que el cultivo de una semilla es el primer paso en la producción de alimentos, ¿Cuál creen que sería el paso fundamental para la creación de arte?

Yo creo que la base para la creación artística se asienta en la concepción de una idea. El cultivo de ideas puede dar lugar a la formación de nuevos conceptos. Supongamos que queremos hacer una escultura y tenemos una idea en mente sobre lo que queremos crear. Para que nuestra obra se convierta en una realidad, debemos cultivar esa idea para que esta se transforme en un concepto sólido. Por lo tanto, lo más lógico por hacer, es plasmar esa idea en un boceto, desarrollar un concepto, buscar un espacio en dónde trabajarla, seleccionar los materiales que vamos a utilizar, y elegir una técnica adecuada para esculpir, etc. Si no desarrollamos la idea a tiempo, esta puede perderse, y con ella toda posibilidad para poder hacer la obra escultórica. Sucede lo mismo con una semilla, si no la cultivamos a tiempo, y no le brindamos los cuidados y nutrientes que necesita,

está se caducará o morirá, y con ella, toda esperanza de obtener nuestro ingrediente para la preparación de alimentos.

Una vez cultivados los ingredientes y obtenidos los recursos necesarios para la ejecución de las obras, podemos continuar con el proceso de preparación. El primer punto a considerar en esta etapa es el espacio en dónde se trabajará. El ambiente en el que un artista trabaja influye de gran manera en el desarrollo de su obra. La cocina y el taller son espacios muy similares porque ambos están diseñados para albergar procesos creativos. “Un ejemplo de este planteamiento aparece en el documental *Joseph Beuys. Cada hombre es un artista*<sup>2</sup> (1979) en el que se ve a este cocinando en su taller [...] Su indumentaria no recuerda la de un cocinero, sino la de un artista-cocinero que realiza una actividad del orden plástico” (Lozano, 2013, p. 162).

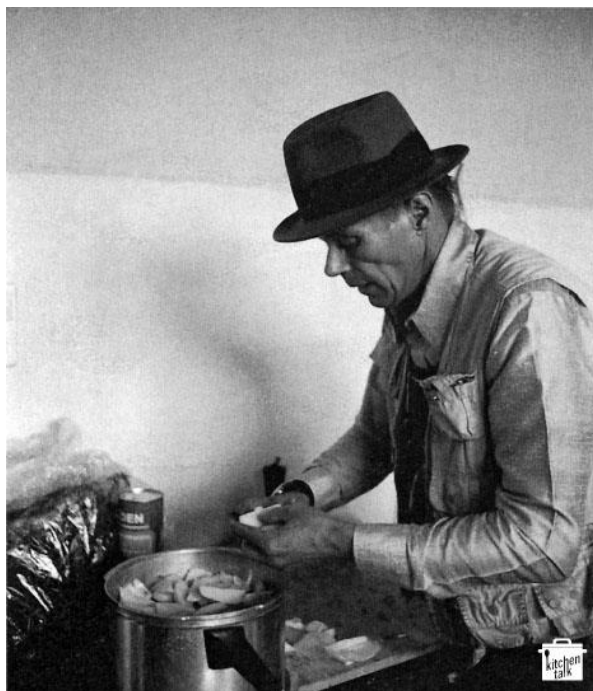


Figura 2. Kitchen talk blog. (2013). *Joseph Beuys cocinando estofado en su estudio en Düsseldorf*.

Recuperado de: <https://kitchentalkblog.com/2013/02/15/joseph-beuys-the-art-of-cooking/>

---

<sup>2</sup> Figura 2.



Para desarrollar una actividad del “orden plástico” -y de cualquier otro tipo de orden-, hay que tomar en consideración la metodología de trabajo que ejecutaremos, ya que esta nos servirá para organizar nuestro tiempo y actividades de una manera eficiente. El término *mise en place*, que en francés significa “poner en su lugar” se utiliza en la gastronomía para referirse a las tareas de organización que se deben llevar a cabo en una cocina, barra, o salón, antes de empezar con la jornada laboral. Durante los años que trabajé en bares y restaurantes, aprendí que el *mise en place* era una actividad indispensable para la realización de cualquier tipo de preparación o servicio sin complicaciones. Los artistas realizan actividades similares a las del *mise en place* para organizar su forma de trabajo; la preparación del espacio, la selección de los materiales y las herramientas y los demás preparativos pertinentes son esenciales para la ejecución de una obra artística. Para muchos artistas, la ejecución de sus obras se vuelve tan, o más importantes que el cumplimiento de cualquiera de sus actividades rutinarias. Los comportamientos que practicamos tienen una finalidad específica en el desarrollo de nuestra obra, por lo tanto, la repetición de estos en un espacio organizado nos brinda la oportunidad de reforzar lo aprendido y de descubrir nuevos conceptos y formas para proceder. Cualidades como la creatividad, la observación, la constancia, la paciencia y el esfuerzo, se pueden reforzar durante preparación de las obras.

La consideración de valores estéticos y compositivos también es de suma importancia tanto en la producción de alimentos como en la creación de arte, ya que ambas disciplinas pretenden llegar a sus consumidores a través de la percepción sensorial. Las inclinaciones gustativas influyen de gran manera en la producción de comida. Hay que tomar en cuenta que “la determinación del gusto no es exclusivo del sistema gustativo; su formación también está condicionada por el aprendizaje y la educación” (Lozano, 2013, p. 81). Sucede lo mismo con nuestros gustos artísticos.

Los tiempos de duración de ambos procesos no se pueden comparar ya que la preparación de alimentos puede durar, desde varios minutos, hasta algunas horas, e incluso días, mientras que la creación de arte puede durar varias semanas, meses, o años. Sin embargo, una vez terminadas las obras culinarias o artísticas, debemos presentarlas, para lo cual se elige un espacio, fecha y hora específica para reunir a nuestros invitados y ofrecerles nuestro trabajo. Tanto el montaje como la puesta de mesa se trabaja con procesos similares al del *mise en place*<sup>3</sup>, ya que comprenden una preparación del espacio, materiales y herramientas necesarias para organizar la presentación. Ambos procesos también requieren de consideraciones creativas y estéticas; el ambiente que estamos creando para el ofrecimiento de nuestras obras es determinante para la experiencia de los invitados.



Figura 3. Y me dije a mi misma. (2016). *Mise en place*. Recuperado de:

<https://ymedijeamimisma.wordpress.com/2016/06/09/un-buen-mise-en-place-es-importante-en-la-cocina-y-en-cualquier-proyecto-de-tu-vida/>

---

<sup>3</sup> Figura 3.

Los consumidores suelen adelantarse para realizar un reconocimiento de los espacios. Se ocupa la sala, se recorren los pasillos, se ojean las obras y las fotografías familiares, y se espía en la cocina o en el puesto del catering. Los comensales, al sentarse a la mesa, esperan a ser servidos por el anfitrión -o por sus ayudantes-, también puede suceder que los invitados se involucren y ayuden a servir la comida. Los espectadores, por otro lado, se reúnen en torno al artista para esperar su discurso inaugural e invitación a brindar. Un ambiente de expectativa inunda ambos espacios; los públicos esperan con ansiedad a que se sirvan todos los platos y se digan las palabras finales para que, por fin, se pueda empezar con el festín, el brindis o la degustación de bocaditos. En mi opinión, el momento más esperado por el público en una exposición, es cuando se ofrece la comida y la bebida.

Para un artista, el momento más gratificante de la exposición es cuando los invitados comienzan a digerir el contenido que se les ha ofrecido. La ingestión del contenido sucede tanto en la mesa como en el espacio expositivo. En la mesa se está digiriendo de manera literal la obra ofrecida y su contenido pasará a ser parte de los procesos fisiológicos del comensal. Por otro lado, el espectador se afana en intentar digerir de manera intelectual el concepto que encapsulan los objetos presentados en la exposición y desarrollará sus propios procesos reflexivos. En ambos espacios, tanto el comensal como el espectador cumplen el papel de consumidores; la asistencia al evento, la ingesta o consumo de las obras, y la posterior digestión del contenido alimenticio o conceptual que se les ofrece, convierte a estos consumidores en partícipes de una experiencia colectiva que, inevitablemente, terminará en la celebración de la actividad que considero la más relevante de todos estos procesos: el diálogo.

### **Entre comidas y diálogos**

El diálogo es una forma de comunicación verbal que requiere de la participación de dos o más personas. Las invitaciones para ir comer o visitar exposiciones cumplen el cometido de reunir a la gente, lo cual eventualmente termina en la generación de conversaciones. Este acto, que se transformó en una “poderosa herramienta del arte contemporáneo público fue denominada *estética relacional* por Nicolas Bourriaud en 1996” (Schmitt, 2013, p. 1). La reunión de personas y la generación de conversaciones e interacciones son los principales objetivos de la estética relacional. La socialización en la mesa es algo característico de las invitaciones a comer. Muchas de las conversaciones que se generan durante la comida pueden continuar incluso después de haber terminado la ingestión de alimentos. Los temas de los que se hablan en la sobremesa se dan de manera improvisada y están constituidas por una participación colectiva de los invitados. Las visitas a las exposiciones también son una excusa para conversar. Si bien, los diálogos en este tipo de reuniones también se dan de manera improvisada, la mayoría de estas son fuertemente influenciadas por el tema y obra que se presentan en la exposición visitada.

Un claro ejemplo sobre arte relacional con comida es el trabajo del artista estadounidense Michael Rakowitz. En 2007 utilizó a la comida para crear un diálogo crítico con respecto a la guerra de Estados Unidos e Iraq. Su proyecto, llamado *Enemy Kitchen*,<sup>4</sup> invitaba a la gente a preparar y compartir una comida iraquí mientras se dialogaba sobre temas políticos contemporáneos. Rakowitz dice que “cocinar y comer juntos es un acto público que recluta a la audiencia como colaborador vital en la producción de significado” (Schmitt, 2013, p. 3). Las conversaciones se dan mientras los comensales y espectadores digieren en su organismo el contenido que ingirieron. Estas socializaciones dan lugar a otro tipo de digestión en la cual se asimilan todos los estímulos

---

<sup>4</sup> Figura 4.

perceptivos y conceptuales que se consumieron durante ambos eventos dando lugar a una reflexión colectiva que posibilita la producción de nuevas significaciones.



Figura 4. Artnet. (2018). *Activación de Enemy Kitchen de Michael Rakowitz (2012-presente)*. Recuperado de: <https://news.artnet.com/exhibitions/iraq-cooking-michael-rakowitz-enemy-kitchen-1198394>

Al finalizar la digestión no queda más que desechar lo que no sirve. El aparato excretor se encarga de desechar del cuerpo toda la materia que no le conviene retener. Este proceso comienza una vez ingeridos los alimentos y termina varias horas después; lo que significa que el contenido consumido formará parte de nuestro organismo por un lapso determinado. Sucede lo mismo con lo que el espectador digiere en la exposición. El contenido que este ha consumido pasa a formar parte de sus procesos mentales durante un tiempo determinado. A diferencia de los procesos fisiológicos del cuerpo, que son automáticos, en la digestión mental, el espectador es el que decide lo que le conviene asimilar y durante cuánto tiempo, y que es lo que desechará.

La etapa final del posconsumo y de todo este proceso creativo llega con la limpieza y el desmontaje. Los comensales y espectadores que se retiran de nuestros espacios dejan una huella física de su presencia. Los platos sucios en la mesa, los restos de comida, los objetos desacomodados, los basureros llenos, y los vasos y copas de vino olvidados por doquier nos dan cuenta y fe de las interacciones humanas que se dieron en esas reuniones. Spoerri trabaja sobre esto en sus cuadros-trampa<sup>5</sup> que “son una especie de compendio teórico en el que se describen todos los objetos que, en un determinado momento, se encuentran en la mesa de la comida. [...] son variantes del acto de comer, restos de los actos del consumo urbano que se repiten una y otra vez.” (Lozano, 2013, p. 198).



Figura 5. The Art Stack. (2018). *Cuadro trampa*. Recuperado de: <https://theartstack.com/artist/daniel-spoerri/snare-picture>

<sup>5</sup> Figura 5.

En el caso de la comida, se deberá recoger la mesa, desechar los desperdicios, lavar todo lo que se utilizó para la preparación y el consumo, limpiar la mesa, barrer y trapear los pisos, reacomodar todos los objetos, y guardar la vajilla y utensilios en su lugar. Se espera una especie de retroalimentación de lo sucedido que comprende los posteriores agradecimientos, opiniones y consideraciones de los invitados. La limpieza y orden de la exposición no requiere de tanto trabajo, pero sí de constancia, ya que hay que realizarla todos los días hasta la finalización de la muestra. Para el desmontaje podemos utilizar nuevamente los principios del *mise en place*. Una vez retiraras todas las obras del espacio expositivo se las prepara para su entrega o almacenamiento. La retroalimentación de la exhibición empieza desde el día de la inauguración. Cada visita, comentario, opinión y crítica nutren al artista de nuevas percepciones, puntos de vista y consideraciones a tomar en cuenta para la realización de su siguiente exhibición.

Tras la culminación de los eventos es muy importante enfocarse en el rescate de una memoria colectiva de lo sucedido para lo cual acudiremos a los registros audiovisuales, las invitaciones, y todo tipo de material al que podamos acceder de manera física. Las relaciones entre la producción de comida y la creación de arte que acabo de describir pueden variar según los contextos. Lo que he hecho es simplemente fusionar los procesos y colocar los lenguajes uno encima del otro, tal y como lo propone Rivera.

## **Hábitos e industrias**

Había mencionado que el reconocimiento de las similitudes entre la producción de comida y la creación de arte me permitirían elevar mi proceso de transformación a la categoría de arte, pero ¿por qué esforzarme en ese cambio? Claro, yo estaba enfermo, era



imperativo que lo haga, pero ¿y si no lo estuviera?, ¿por qué debería dejar de comer lo que tanto me gusta? Cuando niño, uno de los momentos más esperados del año para mí, era la visita de mi tío desde los Estados Unidos. Él siempre nos traía cantidades exageradas de dulces, chocolates y varios otros productos “americanos” cuya gama de colores, sabores y olores parecían interminables. Al terminar el colegio me fui de intercambio a ese país y mi locura por sus productos comestibles se dispararía por los cielos. Ya de vuelta en el Ecuador extrañé mucho su comida, pero no por mucho tiempo, ya que los productos con los que me había familiarizado se abrieron campo en nuestros mercados con gran rapidez. Hoy en día es de lo más común subirse a un bus y comprarle a un vendedor ambulante unas galletas tipo *waffer* rellenas de crema con sabor a chocolate, ir a una tienda y comprarse unos fideos instantáneos con sabor a carne para el almuerzo, o salir el fin de semana a comer comida criolla que está típicamente preparada con un cubo *Maggi* y acompañada de una “cola”. Y en todos los empaques de estos productos podemos leer: “Industria ecuatoriana” o “Elige siempre lo nuestro”. ¿Desde cuándo las galletas tipo *waffer*, los fideos instantáneos, los cubos *Maggi* y las colas se volvieron lo nuestro?

La mayoría de nuestras inclinaciones gustativas están determinadas por el aprendizaje y la educación que hemos recibido del medio social al que pertenecemos. “La formación del gusto lleva al despliegue de una serie de prácticas y actitudes sociales relativas que nos llevan a decidir que es “el buen comer” o el “mal comer” [...] de esta forma se legitiman nuestras preferencias y aversiones alimentarias” (Entrena, 2008, p. 29). Las percepciones sobre el buen comer y el mal comer suelen actualizarse con cada plato de comida que ingerimos ya que “el gusto se ejercita a diario, experimentando sensaciones intensas que pueden ser fuente de satisfacción o decepción” (Lozano, 2013, P. 66). No obstante, todas estas consideraciones se basan únicamente en la superficialidad



que supone el sentido del gusto. Actualmente, “la apreciación de un alimento no depende tanto de su calidad, sino más bien de la valoración que le atribuye un grupo social dado” (Lozano, 2013, p. 129).

En los últimos 50 años, la industria alimentaria y su comida rápida se ha constituido como una de las herramientas más eficaces del proceso de globalización. La cooperación de la industria alimentaria con la agrícola, química y farmacéutica es un secreto a voces; juntos modifican el entorno natural, la gastronomía de los países y la salud de sus consumidores. Lozano comenta al respecto lo siguiente:

El acto de comer se reduce a la mera satisfacción del apetito, con productos estandarizados para un ciudadano moderno y solitario, sin tiempo para la mesa y mucho menos para la degustación alimenticia. El placer de saborear es secundario, en aras de la alimentación rápida, sometida a los objetivos de rendimiento y eficacia laboral. Se come en el lugar del trabajo o en locales cercanos de comida rápida, cuyos productos globalizados tienen el mismo sabor y consistencia en todas partes del mundo (Lozano, 2013, p. 135).

La falta de tiempo nos ha obligado a consumir más comidas precocinadas y menos alimentos caseros. Esta “sustitución de la cocina tradicional por la industrial conlleva una reducción en la variedad de gustos” (Lozano, 2013, p. 135). Los nuevos gustos se vuelven artificiales y fugaces, característicos de la “sociedad líquida” que propone Bauman (2004). Este crecimiento del mercado de los productos ultra procesados<sup>6</sup> y de las cadenas de comida rápida suponen una reducción en la autonomía de los hábitos alimentarios

---

<sup>6</sup> Figura 6.

locales ya que “alejan lo particular y acercan lo ajeno, convirtiéndolo en consumible, en signo de novedad” (Lozano, 2013, p.137). “Cada año la industria de la alimentación introduce en el mercado entre quince mil y veinte mil nuevos productos, lo que constituye un verdadero derroche alimenticio” (Lozano, 2013, p. 139). Para la producción de estos, se eliminan territorios naturales en favor de cultivos homogéneos con semillas transgénicas, tratadas con agroquímicos nocivos. Este exceso de productos inunda nuestros mercados sin que haya control alguno. A la final “el consumidor no es realmente el que escoge el producto, sino las empresas de alimentación, quienes deciden en última instancia los gustos alimenticios” (Lozano, 2013, p. 136).



Figura 6. Pulse headlines. (2018). *Productos ultra procesados*. Recuperado de:

<https://www.pulseheadlines.com/typical-american-eats-ultraprocessed-foods-sugar/20296/>

Varios artistas del *Food art* o Arte-comida han trabajado sobre los hábitos alimentarios y la industria alimentaria. Antoni Miralda, artista español, trabaja con los tres tipos de Arte-comida. “En la obra *Red Die N.2* (1976), el artista trata de demostrar la falta de seriedad en las regulaciones de ciertos productos químicos empleados como colorantes de alimentos, que, de conocer su verdadera incidencia en nuestro organismo, llevarían al rechazo” (Lozano, 2013, p. 234). Miralda pone en cuestión a las políticas sanitarias de la industria, así como también a nuestra falta de conocimiento acerca del contenido de los alimentos que consumimos. La falta de conocimiento e información sobre la comida y el voraz consumo de la engañosa publicidad la industria alimentaria resultan en la formación de consumidores compulsivos totalmente alienados a cualquier característica del alimento que no tenga que ver con su sabor, textura y olor.

Tomemos al azúcar blanco refinado como ejemplo. Esta dulce sustancia tan apetecida por los consumidores provoca serios daños en la salud del cuerpo; eso ya sabemos eso, razón por la cual existen esas etiquetas que nos dicen cuánta azúcar contienen los productos. Lo que no sabemos es que esta sustancia es ocho veces más adictiva que la cocaína y que su ingesta contribuye al desarrollo de más de ciento cuarenta trastornos físicos y mentales (Appleton, 2008). La ingesta máxima de azúcar para el humano promedio está fijada en diez cucharadas al día, pero la dieta actual nos embute aproximadamente cincuenta cucharadas. Por si fuera poco, la industria tiene más de cincuenta diferentes nombres para el azúcar, es por eso que leemos etiquetas de productos que dicen “sin azúcar”, cuando no hay tal. Miralda nos habla sobre un solo aditivo que probablemente no conocemos, pero que se encuentra en miles de productos alimenticios; aditivos como estos existen por miles.

En el proyecto *The Diabetes of Democracy*<sup>7</sup>, del artista estadounidense Robert Farid Karimi, se presenta a la cocina como un movimiento cultural con la capacidad de combatir a la epidemia de la Diabetes Tipo II en los Estados Unidos. Su obra, que se asemeja a un show, está dirigida a los jóvenes latinos y se esfuerza en generar consciencia sobre las conexiones entre la comida, la identidad cultural y la salud (Schmitt, 2013). Farid aborda la problemática que encontró en los hábitos alimentarios de su contexto desde el espacio público. En su trabajo hay una clara fusión de arte-comida y arte relacional. Uno de los artistas más reconocidos en este ámbito es Rirkrit Tiravanija quien “utiliza la comida para crear espacios y entornos que se convierten en un espacio para el desarrollo de la comunicación social y personal” (Lozano, 2013, p. 249). Su arte demanda la participación del público para que se pueda generar conversaciones y establecer relaciones en torno al acto cotidiano de comer.

---

<sup>7</sup> Figura 7.



**ASU** INSTITUTE FOR  
HUMANITIES RESEARCH  
ARIZONA STATE UNIVERSITY

Please join Mero Cocinero Karimi and his culinary comrades from "The People's Cook" for a tasty interactive food experience! Karimi will do a cooking demonstration using local ingredients and will share a presentation on the IHR's Diabetes of Democracy project, a storytelling and performance project promoting cultural cooking as a revolutionary movement to combat the rising epidemic of type 2 diabetes.

The Cooking Show and The Diabetes of Democracy Project were created by artist & activist Robert Farid Karimi. This project is funded by an IHR Collaborative Seed Grant, with support from the Herberger Institute for Design and the Arts.

Tuesday, January 17

12-2 p.m.

ASU Farmers Market, Cady Mall

## THE DIABETES OF DEMOCRACY

an interactive cooking  
demonstration

Figura 7. Arizona State University (-). Afiche de *The Diabetes of Democracy*. Recuperado de:

[https://ihr.asu.edu/sites/default/files/diabetes\\_and\\_democracy\\_flier.pdf](https://ihr.asu.edu/sites/default/files/diabetes_and_democracy_flier.pdf)

Acabamos de exponer de manera muy resumida la presencia de la comida en el ámbito artístico; desde las primeras manifestaciones de arte en las cavernas, hasta las intervenciones de Tiravanija en los espacios públicos. El desarrollo de la propuesta de Rivera me permitió avistar similitudes entre la producción de comida y la creación de arte, y lo permeables que pueden ser estas dos actividades. En el siguiente capítulo se expondrá la manera en la que se desarrolló la práctica artística para la transformación de mis hábitos a partir de las semejanzas que encontré entre el arte y la comida y cómo éstas me funcionaron, no solo para el mejoramiento de mi salud y la renovación de mis criterios sobre el alimento, sino también para la creación de nuevos espacios artístico-educativos en los cuales pude fomentar el diálogo y la reflexión en torno a los hábitos alimentarios conscientes.

## **CAPÍTULO 2: DIETAS, PROCESOS Y ARTE**

### **La dieta del arte**

Imaginen que están a punto de empezar una nueva dieta; quizá estén buscando esculpir sus cuerpos o simplemente curarlos. Para cumplir con el objetivo de esa dieta en específico, es necesario tener un conocimiento básico sobre la preparación de alimentos. A ese conocimiento se le conoce como habilidad culinaria, y se define como “una serie de actividades físicas usadas en la preparación de la comida [...] también son pensadas para abarcar habilidades perceptivas y conceptuales con respecto al alimento” (McGowan, 2017). Además de la habilidad culinaria y el dinero para comprar los ingredientes para la dieta, es imperativo tener la suficiente fuerza de voluntad como para cumplir con lo que esta requiere. Pero ¿qué pasa si no buscan únicamente la salud, la belleza, o la transformación de sus hábitos a través de esa dieta?

Hace poco tiempo atrás, me encontraba conversando con un colega de trabajo y amigo, quien es un artista y docente ecuatoriano. En la conversación le comentaba sobre los múltiples oficios que me gustaría aprender, y las muchas actividades y logros que me gustaría realizar a lo largo de mi vida; retos muy complicados desde mi punto de vista actual. Para el modo de ver de mi amigo, las probabilidades de cumplir con las metas que le había comentado no serían tan difíciles si se las abordaba desde el arte. El artista alemán Joseph Beuys desarrolló la teoría de la “escultura social” a finales de los 60s y principios de los 70s. Su teoría “se centraba en la creencia de que el concepto de arte podría incluir todo el proceso de vivir y por lo tanto podría ser representado por una amplia gama de personas” (Jordan, 2017, p. 2). Beuys creía que todos los humanos eran seres creativos



capaces de influir en la transformación de la sociedad y que no existían barreras entre las actividades artísticas y las cotidianas.

El ejercicio de una dieta abarca una de las actividades más importantes del ser humano: el acto de comer. Lo relacionado a la ingestión de comida son actividades cotidianas de suma importancia, que además de mantenernos con vida, nos permite la transformación de nuestro entorno natural y social. Si quisiéramos incluir en nuestra dieta al concepto de la escultura social de Beuys, es preciso que la abordemos desde el arte, y la única manera de hacerlo es a través de una práctica consciente de dicha actividad. Para lograr esto decidí dividir mi praxis alimentaria en cuatro categorías: obtención, preparación, consumo y posconsumo. A través de la práctica consciente de estas actividades pude reformular mis criterios alimenticios y ponerlos en relación con las prácticas artísticas del arte contemporáneo.

## **Obtención**

Al momento de obtener nuestros alimentos, la mayoría de nosotros consideramos las siguientes opciones: a) comprar ingredientes para prepararnos la comida, b) comprar productos ultra procesados listos para consumir, o c) salir a comer o comprar comida lista. Nuestras elecciones están usualmente entre la a y b, la c no es muy común, a menos que se tenga el presupuesto necesario. Cuando compramos, dependiendo de nuestro presupuesto, siempre elegimos: o lo más económico, o lo mejor. Yo he aprendido que la comida más barata no siempre resulta ser económica ya que el costo de la mayoría de estos productos no incluye el supuesto impacto de su producción en el medio ambiente, ni tampoco la huella de su ingestión en nuestra salud. Por otro lado, la comida que se



vende como la mejor, cuesta mucho más de lo que en realidad vale, y en muchos casos, no es la mejor, solo dice serla. ¿Qué hacer entonces?

Cuando hay presupuesto, considero que la mejor alternativa está en comprar alimentos en los mercados orgánicos de la localidad. Yo prefiero comprar en estos lugares a hacerlo en los supermercados ya que en la mayoría de este tipo de establecimientos se aprovechan del adjetivo “orgánico” para cobrar precios exorbitantes, además de que muchos de sus productos provienen de industrias extranjeras, por lo que al comprarlos estamos apoyando a las industrias de fuera y no a la producción local. Cuando visiten un mercado orgánico se podrán dar cuenta de que las cosas no son tan caras como se imaginan -hablo de centavos de dólar de diferencia-. Si el presupuesto es un poco más corto pues tenemos una infinidad de mercados, verdulerías, bodegas y tiendas de abastos para la satisfacción de todos los gustos; la comida que no es orgánica es un poco menos saludable que la que sí es, pero es mucho mejor que los pseudo alimentos que nos vende la industria alimentaria. Mí presupuesto no siempre alcanza para comprar la comida orgánica, pero como no soy un extremista y mi dieta no se encuentra encapsulada en alguna corriente, puedo hacer uso de mi creatividad y cocinar alimentos deliciosos, nutritivos y de fácil preparación. La diferencia está en que mis decisiones de compra son conscientes porque ahora tengo un conocimiento más amplio sobre los productos que consumo y sobre el impacto que suponen mis compras tanto en mi cuerpo, como en el entorno social y natural que me rodea.

Lo que si prefiero evitar a toda costa es el consumo de productos ultra procesados. Si se aventuran a comprarlos, les invito a que lean la sección de los ingredientes y a que escriban cada uno de esos nombres en cualquier navegador web; se sorprenderán al leer sus definiciones. En mis búsquedas he podido encontrar desde sustancias que se utilizan como raticidas y agentes anti-aglutinantes para combustibles de aviones, hasta un

compuesto químico<sup>8</sup> que se utiliza como inyección letal para los presos sentenciados a muerte. ¿Quién diría que todo eso estaría al alcance de nuestro bolsillo?

Ahora estás en: Aditivos Alimentarios » Estabilizantes, Potenciadores » E508 - Cloruro de Potasio

## E508 - Cloruro de Potasio

2 comentarios



**Descripción:**

Estabilizante sintético y potenciador del sabor. Se obtiene derivado de la sal del Ácido Clorhídrico (**E507**).

**Usos del aditivo:**

Se emplea en snacks, patatas fritas, verduras en conserva, frutas enlatadas, embutidos cárnicos envasados, alimentos procesados, productos precocinados, bebidas alcohólicas y en panadería como levadura para harinas. También es una de las tres sustancias utilizadas para ejecutar a un preso cuando es condenado a pena de muerte por inyección letal.

**Otros nombres:**

Cloruro Potásico.

**Efectos secundarios:**

En dosis bajas provoca problemas digestivos. En grandes dosis provoca vómitos, diarreas, úlceras intestinales y hemorragias.

**Nivel de toxicidad:**



Figura 8. Aditivos Alimentarios. (2018). *E 508*. Recuperado de: <https://www.aditivos-alimentarios.com/2016/01/E508.html>

<sup>8</sup> Figura 8.

Totalmente opuesto a la compra de los productos ultra procesados está el cultivo de alimentos. Yo tengo la suerte de tener un espacio para poder hacerlo, y aunque este sea pequeño, me ha posibilitado el cultivo de al menos cincuenta especies de plantas alimenticias. La creación y mantenimiento de un jardín de alimentos es muy demandante, quizá más demandante que cualquier forma de arte que conozca. En este tipo de espacios no se cultivan únicamente alimentos para el autoconsumo, sino que se cultivan formas de vida vegetales perfectamente diseñadas para alimentarnos y brindarnos los nutrientes que requerimos para vivir. El trabajo en el jardín requiere de varias habilidades físicas y mentales que demandan de toda mi concentración y esfuerzo.

La poda del césped es el trabajo más duro ya que dispongo únicamente de una tijera de mano pequeña para hacerlo; los residuos al secarse me sirven como mantillo para cubrir la tierra y prevenir su erosión. La poda de las plantas y parte de las plantas que están enfermas se queman en un recipiente metálico y se regresan a la tierra. Las partes sanas de las plantas podadas se destinan para el compostaje. La revisión manual de las plantas me permite conocer al detalle el su estado de salud y los requerimientos individuales de las mismas. La fabricación de fungicidas, pesticidas, trampas cromáticas y fertilizantes caseros requieren de la compra de varios materiales y de la habilidad y conocimiento para prepararlos y aplicarlos correctamente. El reciclaje de desperdicios orgánicos para la fabricación del compostaje me asegura la futura tenencia de una tierra de alta calidad. La irrigación del agua es la tarea más importante para la supervivencia de las plantas. El trasplante de las plantas silvestres y de las plántulas<sup>9</sup> que germino les asegura su pleno desarrollo en espacios adecuados. La separación de esquejes y la

---

<sup>9</sup> Figura 9.

recolección de semillas permiten la conservación de las especies de plantas con las que comparto mi espacio. Y al cosechar las raíces, tallos, hojas, flores y frutos de las plantas obtengo los ingredientes perfectos para la preparación de mis comidas.

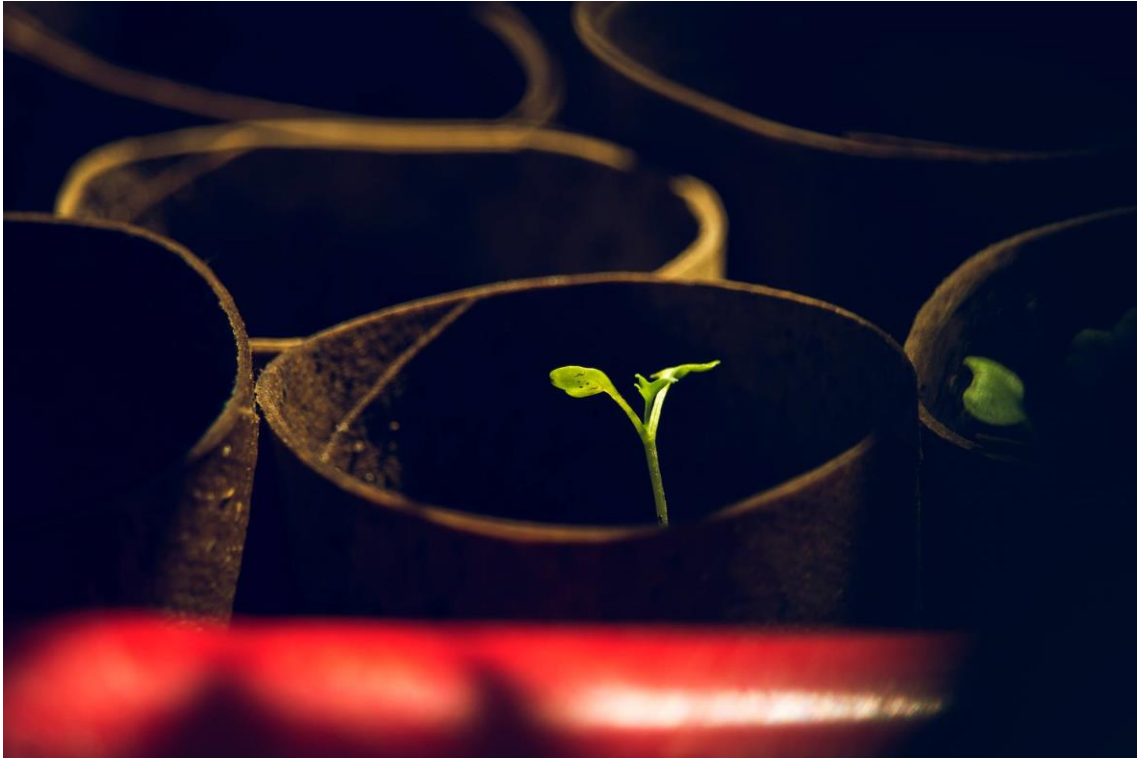


Figura 9. Luna J. (2017). *Plántulas*. Recuperado de: Archivo personal

Para la realización de todos estos procesos necesité de una investigación continua sobre los temas relacionados al cultivo de plantas, también se requirió de la compra y mantenimiento de varias herramientas de trabajo, y de la organización de un calendario detallado con los ciclos de cada planta y los cuidados que precisan. La observación, la creatividad, la constancia, la paciencia y el esfuerzo constante bajo el ardiente sol o las terribles lluvias garantizaron la vida de mi jardín. Además de ofrecerme material comestible, lo más gratificante del cuidado del jardín, es la belleza que me muestra cada

día. Observar las distintas formas que presenta cada planta a lo largo de su desarrollo, apreciar los múltiples colores que visten, oler los distintos aromas de cada una, sentir las diferentes texturas de cada hoja, tallo, pétalo y fruto, y ver cómo, alrededor de este grupo de plantas, se crea un micro ecosistema que alberga a otros seres vivos como hongos, invertebrados de varios tipos, pájaros, anfibios y reptiles, son privilegios invaluable que, de no ser por la incursión en esta temática, jamás hubiera podido apreciarlos. Toda esta actividad del jardín es registrada constantemente en fotografías, videos, dibujos y anotaciones. Durante la jardinería puedo estar en contacto directo con la naturaleza y conmigo mismo, con mis pensamientos y mis reflexiones; es una especie de terapia que revitaliza mi mente y mi cuerpo.

## **Preparación**

La preparación de alimentos la realizó dos veces al día, en el desayuno y en la merienda. Usualmente almuerzo fuera de casa ya que estudio y trabajo. Lo relevante en este proceso es la creatividad que emerge cada vez que voy a preparar mi comida. Al momento de cocinar lo que suelo hacer es avistar los ingredientes que se deberían consumirse primero (los que maduran más rápido) para evitar el desperdicio de alimentos, luego salgo a mi jardín para recoger ingredientes que estén listos para ser cosechados, después pienso en alguna receta que conozca con los ingredientes seleccionados, y si no la hay, busco en cualquier navegador de internet alguna receta que me interese. Si no hay alguno de los ingredientes pues lo reemplazo por otro y procedo con la preparación. Una vez lista la comida armó el plato de una manera estéticamente aceptable y lo sirvo en la mesa.

## **Consumo**

Al consumir mis alimentos ya no me siento en frente de la televisión o la computadora, y si es que pongo algo de música para acompañar mi comida, procuro que sea de carácter instrumental y en un volumen moderado; la idea es no distraer mis sentidos sino enfocarlos en la degustación de la comida que he preparado. El aroma que despide el plato, los colores, la textura al tocar y masticar la comida, la combinación de sabores que estallan en mi boca, y los sonidos de la masticación y de la articulación de los utensilios, hacen del acto de comer la actividad sensorial más relevante de mi día. Lamentablemente, entre semana, la comida la disfruto en soledad, ya que los horarios laborales de los miembros de mi familia son distintos a los míos. Con respecto a la importancia de comer acompañado, Entera comenta lo siguiente:

La tendencia hacia la individualización de la comida rompe con lo que ha sido nuestra tradición ancestral como especie. En un mundo, en el que cada vez más la comida es un hecho individual y el comensal un solitario, no conviene perder de vista que, en tanto que humanos, el hecho de comer no sólo tiene como función primordial proporcionarnos la nutrición necesaria, sino que también es un acto dotado de un sentido cultural, a la vez que productor y/o fortalecedor de los vínculos de la sociabilidad (Entera, 2008, p. 33).

## **Posconsumo**

El posconsumo abarca la digestión y todas las interacciones que ocurren una vez terminada la comida. Sin embargo, en mi práctica artística, también comprende una actividad que no he presentado con anterioridad: el reciclaje. Todos los productos alimenticios, ya sean orgánicos o ultra procesados, vienen en empaques y la mayoría de

estos son de origen plástico u otros compuestos que no son biodegradables. En Ecuador, ni las industrias, ni los consumidores se preocupan por el reciclaje; en Quito, apenas se recicla el 10% de la basura. Otra problemática relacionada es el desperdicio alimentario. En Quito se botan en los sumideros alrededor de 2000 toneladas de basura por día, de las cuales 100 toneladas son alimentos en buen estado. ¿Por qué sucede esto? Cuestiones de educación y políticas, pero no voy a profundizar en eso sino en lo que se puede hacer para contrarrestar esta realidad.

La creatividad entra de nuevo en acción. Se empieza con decisiones tan simples como la de llevar una funda de tela para hacer las compras y pedir que no pongan tus compras en fundas plásticas. Cuando voy a comer a restaurantes y compro una bebida, la pido sin sorbete, y si pido comida para llevar es porque tengo listos mis propios recipientes para llevarme la comida. Estas acciones son pequeñas pero necesarias ya que al comprar un producto yo soy el único responsable por dicha compra y por el fin que le voy a dar al producto que compré, que incluye su empaque. Con respecto a los envases de comida que inevitablemente terminan en mi cocina, o se los recicla, o se les encuentra un uso. Yo utilizo varios de los envases para la jardinería; cada botella que reciclo se convierte en una maceta. Sucede lo mismo con los desechos orgánicos de la comida, la mayoría de estos se destinan para el compostaje y abonos de las plantas. En Quito se puede reciclar plásticos, papeles, cartón, vidrio, metales y madera; basta con informarnos en la web para saber en dónde tenemos que ir a depositar lo que hemos reciclado. Yo he ideado recipientes para separar la basura. La idea en esta última etapa es la de cerrar el ciclo alimenticio. Lo reciclado tiene su utilidad en la potenciación del proceso de obtención y en evitar la contaminación y modificación del medio ambiente.

## Reflexiones

Mi dieta se transformó en un ritual, y esté a su vez en una vía para la reconfiguración de mis hábitos alimentarios. La práctica de estos, además de haber mejorado mi estado de salud, modificó mi entorno natural (mi jardín)<sup>10</sup> y entorno social. La sociedad inmediata a la que pertenezco es mi familia. Yo vivo con mi padre, mi madre, mi hermano y mi hermana; ninguno de ellos tenía una consciencia alimentaria. La práctica de mis hábitos durante el último par de años ha supuesto cambios significativos en los hábitos familiares. Ahora mi madre se interesa por el jardín y se involucra en las actividades por iniciativa propia; el resto de mi familia todavía no se interesa tanto pero ya se les puede asignar tareas para el cuidado del jardín sabiendo que las van a cumplir, además me avisan sobre el estado de ciertas plantas y han empezado a apreciar la belleza que yo veo en estas. La preparación de la comida sigue siendo una actividad que la realizo solo, pero el resto de mi familia se involucra más en la cocina y evitan consumir productos como los fideos instantáneos porque ya conocen el contenido y origen de muchos ingredientes y toman mejores decisiones al momento de comprar sus comidas. El consumo de alimentos también sigue siendo una actividad que la hacemos en diferentes horarios, sin embargo, ahora nos reunimos el domingo para comer todos juntos y conversar. La parte del reciclaje se les hace difícil de asimilar todavía pero ya se embarcaron en esta actividad al separar la basura de alimentos que necesitaba para la realización de las instalaciones artísticas de las que voy a hablar más adelante.

---

<sup>10</sup> Figura 10.





Figura 10. Luna J. (2017). *Gorrión y ataco*. Recuperado de: Archivo personal

Estos cambios en sus hábitos sucedieron a partir de los diálogos que se generaron mientras observaban mi proceder con la alimentación. Debo confesar que al inicio del proyecto no esperaba una respuesta tan positiva por parte de mi familia. Tampoco habría imaginado que mi transformación afectaría -aunque en menor grado- a ciertos amigos y conocidos. De cierta forma, esta práctica artística resultó ser una suerte de herramienta pedagógica. Esta concepción se expandiría aún más con la selección del espacio expositivo. Las obras para exhibirse en el Cumandá Parque Urbano apenas empezaban a cocinarse.

### CAPÍTULO 3: PISCOLABIS REFLEXIO

#### Abrebocas

La exposición de Píscolabis Reflexio estuvo constituida por dos instalaciones. La primera, denominada Píscolabis<sup>11</sup>, era una representación -un tanto exagerada- del entorno social y natural que nosotros, como sociedad ultra consumista, estamos generando a partir de nuestros hábitos alimentarios. El término Píscolabis se refiere a una pequeña cantidad de comida que se ingiere entre comidas. Su ingesta es innecesaria y no está relacionada con las comidas que se consumen a diario. Se la come a cualquier hora, en cualquier lugar, y por diversos motivos. La principal atracción de la instalación era una casa de color rojo, de grandes dimensiones, cuya forma se asemejaba a las cajitas de los combos infantiles que se ofrecen en las más reconocidas cadenas de comida rápida. Estas cajitas se pueden armar y desarmar con facilidad, cualidad que se reprodujo en mi estructura con una intención. La casa-caja hace referencia a la estructura de la sociedad ecuatoriana actual, que si bien, no se ha ahogado por completo en los procesos de homogeneización dietética que impone el sistema global, ya se ha dejado empapar por esta. Razón por la cual una de las paredes de la casa en la exhibición estaba abierta, insinuando una probabilidad para revertir esta fracción del proceso globalizador, o de adoptarla por completo.

---

<sup>11</sup> Figura 11. Luna J. (2018). *Píscolabis (Instalación)*. Recuperado de: Archivo personal



Figura 11. Luna J. (2018). *Piscolabis (Instalación)*. Recuperado de: Archivo personal

Dentro de la estructura se podía ver varios objetos de nuestro cotidiano. Cada elemento guardaba una relación con el ritual alimenticio contemporáneo. Entre dichos objetos había una pequeña mesa (de esas en las que se sirve el desayuno en la cama) con comida plástica servida, y junto a esta, una jaba de “Soylento” (marca ficticia). La marca de la bebida fue inspirada por el popular *Soylent*, sustituto alimenticio desarrollado por un ingeniero de software, que supone suplir todas las necesidades alimenticias del ser humano. La bebida y la comida se presentan como un único tipo de alimento al que podemos acceder. Inmediato a la mesa y a la jaba, estaba un sofacama, aludiendo a nuestro desentendimiento de la mesa como el lugar ideal para el consumo de alimentos y la conversación, y a la adopción de costumbres insanas, como las de comer solos, en cualquier lugar, a cualquier hora y preferentemente, frente a una pantalla.

Otro de los elementos de la casa era un inodoro -que también funcionaba como lavabo y regadera para bañarse-, en el que se encontraban algunos platos sucios. Junto a este estaba una planta muerta. El inodoro se presentaba como el único aparato que nos posibilita la obtención de agua para todo tipo de uso -menos para beberla (por obvias razones)-, de ahí su multifuncionalidad. El objeto hace referencia a la recurrente contaminación, expropiación y privatización de nuestro recurso más valioso (el agua) por parte de la industria alimentaria. Junto al inodoro se encontraba un horno microondas intervenido que estaba encima de una pila de leña. Este se presentaba como una única máquina funcional para la cocción de alimentos, irónicamente colocada sobre lo que sí debería funcionar para esta acción.

La estructura se situaba encima de un perímetro que estaba cubierto por una cantidad considerable de basura<sup>12</sup>, proveniente del consumo de alimentos. Los residuos fueron recolectados y reciclados esporádicamente por familiares y allegados en un lapso de dos meses, tiempo que duró la realización de las obras. El montón de basura se presentaba como el nuevo medio ambiente que nosotros, como consumidores compulsivos e inconscientes, estamos generando. Tanto el diseño de la casa y sus objetos, como la puesta en escena de la basura, se basaron en la reconsideración de los hábitos alimentarios que practicaba, y se relacionaban específicamente con los métodos de obtención, preparación, consumo y posconsumo de alimentos que presenté con anterioridad.

---

<sup>12</sup> Figura 12.



Figura 12. Luna J. (2018). *Acumulación de basura de PiscoLabis*. Recuperado de: Archivo personal

Rodeando a la casa estaban dos paredes pintadas con una franja amarilla y una roja respectivamente, en las cuales se podían apreciar varios elementos relacionados al consumo de alimentos. La selección de los colores rojo y amarillo se debe a que son los que más influyen en nuestras decisiones de compras de alimentos según la teoría del color, y son los más utilizados por las industrias y cadenas de comidas. En la pared amarilla estaban pintados eslóganes publicitarios de gran formato con frases como: “Siéntete libre”. Las expresiones hacen referencia al falso sentido de bienestar que promueven los productos ultra procesados. La pared roja mostraba unos posters que promocionaban los típicos “combos” de comida rápida. Los afiches tenían todos los detalles que requiere ese tipo de publicidad, con la diferencia de que el valor de cada combo correspondía al precio real que deberían tener este tipo de alimentos, si es que las cadenas que los distribuyen no tuvieran subsidios por parte de gobiernos y empresas. Acompañando a las imágenes



estaba un par de mesas rojas con unas bandejas amarillas<sup>13</sup> en las que se exhibían los combos de los afiches, que, irónicamente, no se parecían en nada a la publicidad. Entre la comida se encontraban algunos retazos de documentos personales relacionados a los problemas de salud que tuve que enfrentar debido a mi mala práctica alimentaria. Los alimentos exhibidos se reemplazaban cada semana.



Figura 13. Luna J. (2018). *Bandejas + combos* (parte de la instalación Píscolabis). Recuperado de:  
Archivo personal

El último elemento en la instalación de Píscolabis era un televisor que estaba ubicado en la mitad de la pared roja. En la pantalla se reproducía un videoarte titulado

---

<sup>13</sup> Figura 13.

“La Jama Artificada”<sup>14</sup>, que hacía referencia a los tan populares shows de cocina que se han viralizado en plataformas como YouTube. En el video aparezco como anfitrión del programa y presento los nombres de los ingredientes que se van a utilizar y los platos que se van a cocinar. La preparación de las recetas no tiene sentido alguno ya que se mezclan elementos alimenticios con elementos artísticos como pigmentos de colores; el resultado es atractivo, pero no cabe duda de que es incomible. La estética y la música que acompañaban al video son muy similares a la de los videos que se presentan en canales como *Tasty*, que se enfocan en la promoción de la comida que está de moda, y de lo que se podría considerar como *food porn* (porno de alimentos), que no es más que una representación glamorosa de la comida en medios publicitarios.

El contenido de las paredes representaba esa falsa noción que hemos adquirido sobre lo que es un alimento; concepción que se nos ha vendido por medio de la publicidad engañosa y mal intencionada que nos presenta la industria alimentaria y las cadenas de comida rápida. Tanto los objetos de la casa, como la acumulación de basura y los elementos de las paredes -con los cuales nos podríamos identificar fácilmente-, hablaban sobre comida, sin embargo, ninguno de estos contenía comida alguna. La utilización de estos elementos en el espacio público tenía como objetivo la generación de diálogos en torno a la comida. “Beuys utilizaba los materiales alimenticios para potenciar las relaciones humanas, pero fundamentalmente como material básico que condiciona la creatividad, el diálogo y el pensamiento” (Rodríguez, 2013, p. 162).

## Entrada

---

<sup>14</sup> Jama es sinónimo de comida en el lenguaje popular ecuatoriano. Artificada proviene de “artificación”, que es el proceso mediante el cual se eleva algo, que no es arte, a dicha categoría.

La segunda instalación se llamó Reflexio. La palabra Reflexio -que proviene del prefijo latín *re*, que indica la repetición de una acción, y de la adición de *flexio*, que quiere decir balanceo-, significa reflexión. La instalación comprendía de una pequeña isla adornada con varios objetos en dónde funcionaba una cocina. Entre los elementos culinarios había una cocineta, una plancha para cocina, un refrigerador pequeño, una licuadora, una cafetera, un botellón de agua, y varios utensilios de cocina. Además de los objetos de la cocina también se podía apreciar varios elementos de carácter personal como plantas, fotografías, adhesivos, afiches, un menú, una escultura y varios objetos decorativos. La construcción de esta cocina fue pensada como una extensión del taller en el que trabajo (que literalmente se transformó en una cocina durante la realización del proyecto), razón por la cual había esta fusión de elementos culinarios y artísticos en Reflexio. Un referente en este tipo de instalaciones es el artista Rirkrit Tiravanija<sup>15</sup>, quien crea un territorio personal en el espacio expositivo al instalarse con todos los utensilios necesarios para la producción de su obra, es decir de su comida, con esto genera un ambiente en el que se involucran los sentidos y las interacciones sociales (Rodríguez, 2013).

---

<sup>15</sup> Figura 14.





Figura 14. BlouinArtinfo Corp (2016). *Rirkrit Tiravanija y su instalación Do we dream under the same sky*. Recuperado de: <http://www.blouinartinfo.com/news/story/1180291/rirkrit-tiravanija-on-his-hospitable-art-basel-intervention>

Para que la instalación sea aún más interesante, se colocó una televisión en el centro de esta, en donde se mostraba otro videoarte titulado “La Lengua Peleada”. El video constaba de varias escenas tomadas de mi cotidiano y trataba sobre la transformación de hábitos que adopté. Cada escena estaba acompañada por una combinación de palabras que aludían a los nombres extravagantes que suelen tener los platos de comida gourmet. Las frases pretendían incluir en el contexto alimenticio a escenas que no necesariamente tenían que ver con la comida, pero que, al verlas en conjunto se transformaban en los ingredientes perfectos para comprender el desenlace del video. El televisor también funcionó para la difusión de videos publicitarios sobre los eventos que se organizarían en torno a la muestra.

## Plato fuerte

Piscolabis Reflexio estaría instalado en el espacio del Cumandá durante un lapso de cuarenta y siete días. Durante este tiempo se celebrarían varios eventos en torno al arte y comida. El festejo de eventos es abordado por varios artistas del arte-comida. El artista español Antoni Miralda<sup>16</sup> es uno de ellos, su “interés por la comida está ligado a los actos de preparación, al ritual que la acompaña, a la fiesta, la ceremonia y la performance, pero, también, al sustrato cultural” (Lozano, 2013, p. 231). La celebración del evento inaugural, los talleres artístico-educativos, los performances culinarios, las charlas creativas y La Feria Artificada (evento de cierre), funcionarían para la generación de espacios artístico-educativos en los cuales se fomentaría el diálogo y la reflexión en torno al arte, la comida y la práctica de hábitos alimentarios conscientes.



Figura 15. El País. (2017). *Actividad celebrada en la instalación “Santa Comida” de Antoni Miralda.*

Recuperado de: [https://elpais.com/ccaa/2017/02/06/catalunya/1486414588\\_094694.html](https://elpais.com/ccaa/2017/02/06/catalunya/1486414588_094694.html)

---

<sup>16</sup> Figura 15.

Atraer a los espectadores con el ofrecimiento de comida, presentar a la preparación de alimentos como una forma de hacer arte, y fomentar el diálogo en torno a los hábitos alimentarios conscientes, mientras se degustaba del alimento ofrecido, sería la estrategia a utilizarse cada fin de semana para la celebración de los eventos, que fueron catorce en total. La adopción de talleres, discusiones y “happenings pedagógicos” como parte de su obra de arte extendido le permitieron a Beuys ganar un público cada vez más amplio (Lemke, 2008). La comida que se brindó en los eventos, además de actuar como impulsor para la generación de conversaciones, también funcionó como anzuelo para seducir al público. Sin embargo, lo que más atraía al público, era la llamativa instalación de Píscolabis; la comida solo aseguraba la estadía del espectador durante el transcurso de los eventos. Rodríguez comenta con respecto al ofrecimiento de comida lo siguiente:

Cuando el artista prepara la comida y la comparte con el público, está violentando la actitud pasiva de los espectadores, creando una subjetividad inusual en el ámbito tradicional del arte, y alterando la relación del espacio museístico o de la galería cuando la comida es ingerida en estos lugares (Rodríguez, 2013, p. 48).

Para la celebración de los eventos se invitó a varios colaboradores<sup>17</sup>. Los involucrados se transformarían en copartícipes de la obra y de la realización de arte. Según el artista alemán, Joseph Beuys, y su teoría de la “escultura social”, el concepto de arte podría incluir todo el proceso de vivir, y por lo tanto podría ser representado por una amplia gama de personas que no fuesen artistas profesionales” (Jordan, 2017). Beuys

---

<sup>17</sup> Figura 16.

extendía su arte hacia las actividades cotidianas del ser humano. La habilidad para preparar y cocinar comida es considerada como una labor esencial para el diario vivir (McGowan, 2017), y era justamente esta actividad la que se trasladaría al espacio expositivo. A cada participante del proyecto se le requería -además de que exponga su tema o realice su actividad en la instalación de Reflexio, que era una extensión de mi taller- que haga uso de la cocina para la preparación de alguna bebida o alimento para compartirlo con los espectadores. Lucrezia di Domizio, amiga cercana de Beuys, enfatizaba el rol del artista en la cocina y en la compartición de alimentos como una extensión natural de su arte (Rivera, 2004).



Figura 16. Luna J. (2018). *Erika Valenzuela, artista culinaria del movimiento Slow Food en la instalación de Reflexio*. Recuperado de: Archivo personal

Cada semana de actividades se enfocaba en uno de los cuatro procesos que considero relevantes en la transformación de hábitos alimentarios, de modo que la semana siguiente al evento inaugural se celebrarían los eventos correspondientes al proceso de obtención, seguidos de la semana de preparación, consumo y posconsumo. La semana extra, antes de la semana del cierre, sería el espacio ideal para que más interesados se sumen al proyecto y hagan uso del espacio. El proyecto de “Ciudad Revelada” del Cumandá, la organización “Que Rico Es” del canadiense Gabriel April-Lalonde, la cocina comunitaria de “La Cucaya” del chef de *Slow Food* Marcelo Aízaga, y otros entusiastas, utilizarían la instalación de Reflexio para celebrar un conversatorio y un show de cocina muy especial en el que los chefs estrellas serían un par de niñas de apenas 6 y 8 años.

Los talleres artísticos<sup>18</sup> se realizaron los sábados con la colaboración de artistas culinarios. En cada taller el artista preparaba una receta mientras compartía con los espectadores sus saberes sobre consciencia alimentaria. Reflexio estaba diseñada para que se enfatizen los procesos de obtención, preparación, consumo y posconsumo de alimentos durante cada intervención. La parte final de “La Lengua Peleada” contenía tomas de las plantas que se cultivan en mi jardín aludiendo a los procesos de obtención; el siguiente proceso se daba en vivo con la preparación de la comida; el consumo se efectuaba el momento en el que se conversaba mientras se degustaba de lo que se había preparado; y para el posconsumo se reflexionaba sobre lo que se había hablado, se compartía la información relevante a la instalación de Píscolabis, haciendo énfasis en la parte del reciclaje, y por supuesto, se reciclaba lo que no se había consumido.

---

<sup>18</sup> Figura 17.





Figura 17. Luna J. (2018). *Taller artístico a cargo de Juan Ricaurte de Foodsharing Quito*. Recuperado de: Archivo personal

Durante cada evento se invitaba a los espectadores a que participen de manera oral, compartiéndonos sus opiniones y saberes sobre el tema. También había una actividad para los niños en la que podían dibujar su comida favorita; al final del evento se les pedía que le añadan al dibujo el elemento que le faltaba a sus comidas para que se transforme en obras de arte -obviando el hecho de que el dibujo ya es una expresión artística en sí misma-. Los adultos también podían dibujar. Para completar la experiencia relacional<sup>19</sup>, se pedía a los asistentes que se acerquen a la cocina para que puedan ver, tocar, oler y probar los ingredientes con los que se estaba preparando la obra que iban a degustar. Al final del taller los participantes dejaban el espacio con nuevos contenidos

---

<sup>19</sup> Figura 18.

informativos para su digestión mental y con material de alta calidad para la nutrición de sus cuerpos; llevándose consigo, una grata experiencia y una parte de la obra.



Figura 18. Luna J. (2018). *Niña oliendo el dulce aroma del chamburo*. Recuperado de: Archivo Personal.

Los domingos se activaba lo que se denominó como la “Cocina Popular Ambulante”, y funcionaba de la misma manera que los talleres del sábado, con la diferencia de que el espacio, se ponía a disponibilidad, para la libre participación de artistas entusiastas de la cocina. El objetivo de la Cocina Popular Ambulante era el de brindar un espacio de difusión para los individuos que estén involucrados en la preparación de alimentos de manera consciente. El evento se celebraba a manera de un show de cocina y los productos que se preparaban podían ser vendidos o compartidos con el público; el único requerimiento para los participantes consistía en que comenten a los espectadores, las razones por las que ellos consideran que la preparación de alimentos es una forma de hacer arte.

## **Bebida**

Una parte muy importante para la celebración de los eventos fue la difusión que se les dió. Se creó un afiche publicitario<sup>20</sup> para cada evento que se celebró. Los posters mostraban diseños fotográficos relacionados al evento, y los colores que se utilizaron para el fondo y los textos eran totalmente opuestos a los de la instalación de Píscolabis. Para la promoción de los eventos se imprimieron varios afiches que se colocaron en diferentes lugares y establecimientos de la ciudad, también se realizaron entrevistas en medios públicos, y se crearon perfiles en redes sociales (Facebook e Instagram) con el nombre de “La Jama Artificada”, en los que se publicitaban los eventos, las imágenes, y los perfiles personales de los colaboradores y de sus emprendimientos o negocios; también se compartía contenido relevante al arte-comida y a los hábitos alimentarios conscientes, y se subían imágenes de alimentos que se consideraban como “jamas artificadas”.

---

<sup>20</sup> Figura 19.



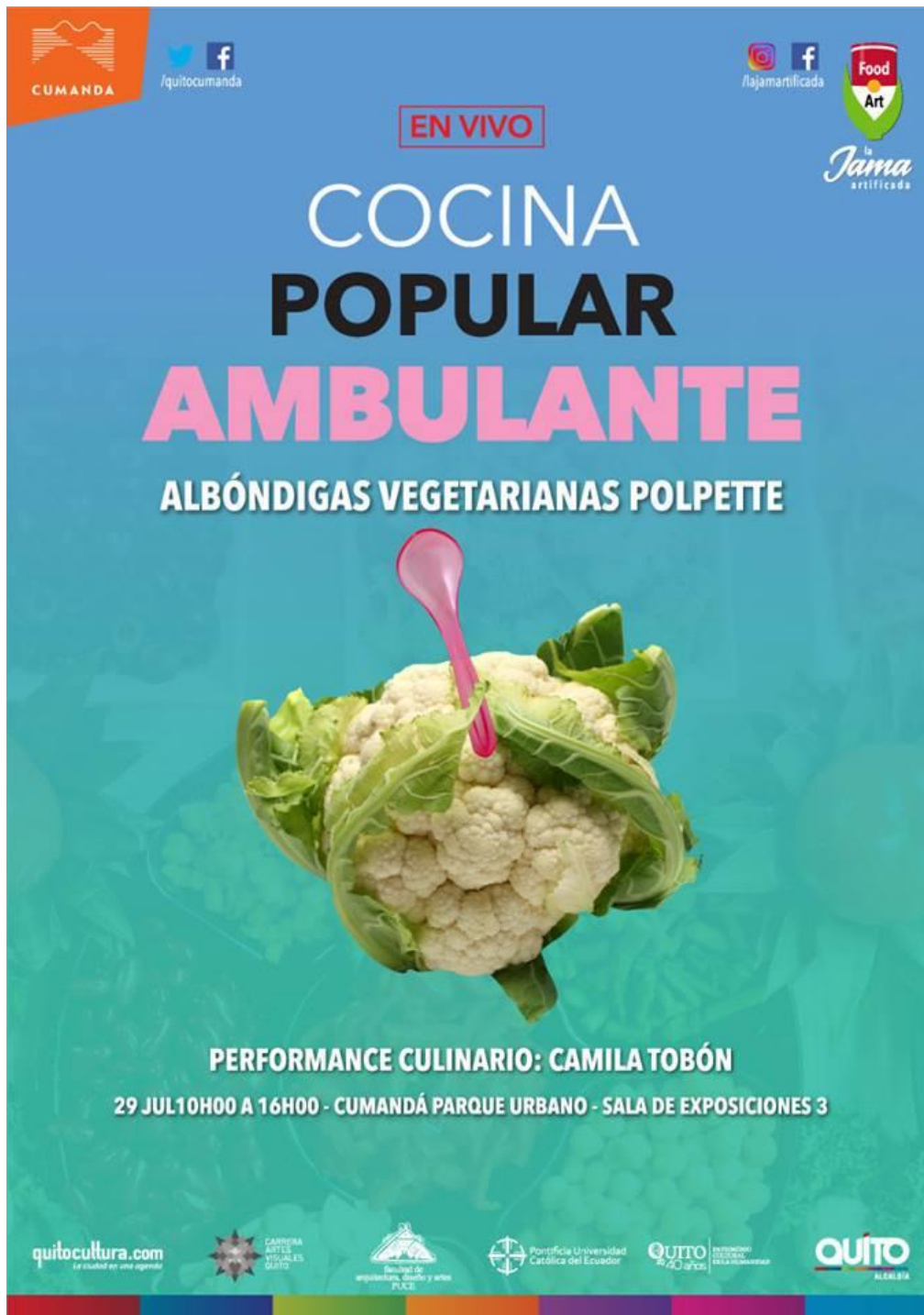


Figura 19. Luna J. (2018). *Afiche para la Cocina Popular #2*. Recuperado de: Archivo personal

## Postre

Para finalizar la exposición se organizó una feria de comida y arte. “La Feria Artificada” tenía como objetivo la celebración del esfuerzo de los artistas culinarios y

visuales, emprendedores y productores, auspiciantes y colaboradores, y todos los que se involucraron de una u otra forma en el proyecto, y en la difusión de procesos alimenticios conscientes. Se invitaron a feriantes de arte y pequeños emprendedores productores de arte-comida<sup>21</sup> para que vendan sus productos y promocionen sus marcas. La feria se ubicó junto a la instalación de Reflexio que nuevamente fue activada para la celebración de seis charlas creativas que se dieron en la misma modalidad que los eventos anteriores. A la feria le acompañó una pequeña muestra del “Huerto Móvil” del Cumandá y una presentación artística de música preparada especialmente para acompañar a la digestión de alimentos. También se estuvieron vendiendo boletos para una rifa titulada “La Tómbola Comestible” en la que se sorteaban varios artículos artísticos y comestibles. La instalación de Píscolabis, la venta de comida y de arte, las charlas, y las diversas interacciones que se dieron entre los visitantes y los participantes crearon un ambiente esencial para la activación de los diálogos que me interesaban. Según Lozano (2013), comer en compañía contribuye a mantener y renovar los valores colectivos y comenta al respecto lo siguiente:

La experiencia sensorial y estética, devenida de la participación del público, es única para cada espectador, no solo por su diferente forma de participar, sino porque la información que se recibe de la estimulación del sentido del gusto interactúa con la memoria y las experiencias que cada espectador lleva consigo; desencadenando una vivencia individual e irrepetible... (Lozano, 2013. P. 244)

---

<sup>21</sup> Figura 20.



Figura 20. Luna J. (2018). *Alejandro de "La Guagua del Ilaló*. Recuperado de: Archivo personal.

## Conclusión

### Bajativo

La organización de todos los eventos no habría sido posible sin la práctica artística inicial con la que empecé a transformar mi dieta ya que fue durante este proceso que llegue a conocer a las personas que eventualmente colaborarían en el proyecto y me encaminarían hacía una suerte de consciencia alimentaria. La praxis alimentaria que adopté me permitió –además de mejorar mi salud- renovar las relaciones que tenía con mi entorno social y medio natural; todos los procesos que desarrollé para la práctica de hábitos alimentarios conscientes me permitieron redefinir el concepto que tenía sobre la comida para incluirla en mis procesos artísticos personales, lo cual me funcionó para la producción de obras, acciones y eventos que me permitieron influenciar en mi sociedad

inmediata que la conforma mi familia, mis amigos, compañeros de trabajo, conocidos y personas que pudieron asistir a la exposición y a los eventos que se celebraron en el Cumandá<sup>22</sup>.

La participación de los comensales y de los espectadores, y sus interacciones con las obras y la comida fueron muy gratificantes. Los diálogos generados a partir de las interacciones que se dieron durante el proceso de investigación y durante el periodo expositivo evidencian el poder social que la comida y el arte ejercen sobre el público y permitieron la generación de nuevos espacios artístico-educativos en los que se fomentó el diálogo y la reflexión en torno a la comida y al “Arte-comida”.

Tanto mi familia como mi persona continuamos en un proceso de cambio en el que se lucha constantemente por obtener una alimentación más adecuada y más justa, y más artificada para nuestros cuerpos, nuestras mentes y nuestro entorno natural y social. El ser consciente sobre las interacciones que anteceden y suceden a la ingesta de alimentos no solo nos permite elevar a nuestros procesos alimenticios a la categoría de arte -si es que así lo quisiésemos-, sino que nos brinda la oportunidad de reactualizar constantemente nuestra concepción sobre lo que es un alimento y sobre la importancia del ritual alimenticio, ya que, en última instancia, nosotros somos lo que comemos.

---

<sup>22</sup> Figura 21.



Figura 21. Luna J. (2018). *Mashua, hierbas y seres humanos*. Recuperado de: Archivo personal

## BIBLIOGRAFÍA

- Appleton, N. & Jacobs. G. N. (2008). *Suicide by sugar*. Nueva York: Square One Publishers.
- Bauman, Z. (2004). *Modernidad líquida*. Argentina: FCE.
- Cohen, R. (1997). *Milk: The deadly poison*. Estados Unidos: Argus Publishing.
- Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas?: Las nuevas adicciones: Juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. España: Desclee de Brouwer.
- Entrena, F. (2008). *Globalización, identidad social y hábitos alimentarios*. Costa Rica: Revista de Ciencias Sociales. (Núm. 119).
- Flores, P. (diciembre 2016). *Una bitácora sobre el color*. Tsantsa - revista de investigaciones artísticas. (Núm. 4).
- Joint WHO/FAO Expert Consultation. (2003). *Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases*. Geneva: World Health Organization.
- Jordan, C. (2017). *Joseph Beuys and the social sculpture in the United States*. Estados Unidos: The Graduate Center, City University of New York.
- Lemke, H. (2008). *The ethics of taste: Principles of a philosophy of food or a new "gastrosophy"*. En línea: Universidad de Aarhus.
- Lemke, H. (2007). *The extended art of eating: Joseph Beuys' unknown gastrosophy*. En línea: Universidad de Aarhus.
- Levert, S., McClain, G. (1998). *The complete idiot's guide to breaking bad habits*. Nueva York: Alpha Books
- Lozano, M. (2013). *El acto de comer en el arte – Del Eat Art a Ferran Adrià en el Documenta 12*. Madrid: Universidad Complutense. Facultad de Bellas Artes.
- Lugar, J. (2014). *The Starving artist's diet: A survival guide*. Indianapolis: The Jackodile Press.

- Mander J. (2003). *Manifesto on the future of food*. Italia: The International Commission on the Future of Food and Agriculture.
- McGowan, L., Caraher, M., Raats, M., Lavelle, F., Hollywood, L., McDowell, D., Spence, M., McCloat, A., Mooney, E., Dean, M. (2017). *Domestic cooking and food skills. A review*. En línea: Critical Reviews in Food Science and Nutrition, pg. 3.
- Rivera, I. (2004). *Food and art: A brief history*. Maestría. Rochester Institute of Technology.
- Rodríguez, A. (2013). *Arte-Comida-Arte*. México: Centro de Estudios para la Cultura y las Artes Casa Lamm, S.A.
- Schaschke C. (2011). *Food processing*. En línea: Carl J. Schaschke & Ventus Publishing ApS.
- Schmitt C. (2013) *Food as an emerging diplomatic tool in Contemporary art*. Recuperado de:  
  
<http://www.culturaldiplomacy.org/academy/content/pdf/participant-papers/2012-03-cdp/Food-as-an-Emerging-Diplomatic-Tool-in-Contemporary-Public-Art---Carly-Schmitt.pdf>
- Sommer D. (2008). *Arte y responsabilidad*. Estados Unidos: Letral, Número 1
- The International Commission on the Future of Food and Agriculture. (2003). *Manifesto on the future of food*. Toscana, Italia.



## ANEXOS

\*Todo lo relacionado a Píscolabis Reflexio y futuros proyectos sobre arte-comida lo encontrarán en las redes sociales de La Jama Artificada.



- FACEBOOK: [https://www.facebook.com/lajamartificada/?tn-str=k\\*F](https://www.facebook.com/lajamartificada/?tn-str=k*F)
- INSTAGRAM: <https://www.instagram.com/la.jama.artificada/>